

6/4



6/11



6/18



6/25



※キャンセル・変更は前日お昼12時まで ※月曜日は、前週お昼12時まで



お届け時間 午後1時から午後5時

鮭弁お届け時間 午前10時から午前12時

MON

TUE

WED

THU

FRI

SAT



《1日は》
チリソースご飯の日



《10日は》
高菜ご飯の日

チリソースご飯の日 1 312kcal
ハンバーグ
ジャーマンポテト・オムレツ・コーン
コンソメ煮・ほうれん草ソテー・角天と
つきこんの中華炒め・豆のごま和え
サラダ・漬物

2 324kcal
アジのごまチャップ和え
豆腐と野菜の鶏そぼろあん・もやしの
黒胡椒炒め・ちくわと小松菜の青じそ
風味・切干大根・漬物の生姜浸し

3 353kcal
豚井風焼き肉
いか・ちくわ磯辺揚げ・ひじきの煮物・
千切りキャベツ・チンゲン菜のなめ茸
和え・卵サラダ・漬物の和え物

4 お吸い物付
海鮮丸特製鮭弁
マグロ・イカ・サーモン・甘エビ・玉子・
たたきマグロ・カツパ巻・稲荷

6 303kcal
メバルの南蛮漬け
白菜とちくわの卵とじ・ミックス
ピーマン素揚げ・もやしの生姜風味・
菜の花ゆかり和え・焼売・おから・
漬物の和え物

7 301kcal
豚ロース肉の照り焼き
煮合わせ(いなり・筍・人参)・ポテト
もち・チンゲン菜生姜風味・白菜のごま
和え・かぼちゃサラダ・漬物

8 370kcal
ブリと豆腐の酒蒸し梅風味
メンチカツ・スパゲティナポリタン・
キャベツ生姜風味・ザーサイと小松菜の
和え物・昆布佃煮・漬物の生姜浸し

9 344kcal
天ぷら盛合せ
天ぷら(エビ天・南瓜・舞茸・かき揚げ)
豆腐ハンバーグ・もやし炒め・
ほうれん草のお浸し・ひじきの煮物・
漬物

高菜ご飯の日 10 318kcal
やわらか 鶏唐揚げ
厚切りソーセージ・ミートソーススパゲティ・
千切りキャベツ・チンゲン菜と干しエビの
お浸し・豆のごま和えサラダ・漬物

11 茶碗蒸し付
海鮮丸特製鮭弁
握り(タラ昆布締め・マグロ・ホタテ)・
鉄火巻・きつねそば・茶碗蒸し

13 355kcal
クリームチーズ入りカツ
炒り豆腐・千切りキャベツ・ジャーマン
ポテト・小松菜のごま和え・漬物の
和え物

お赤飯の日 14 380kcal
豆腐と茄子の揚げ出し
鶏南部焼き・蕨と角天の煮物・チンゲン菜
生姜風味・姫竹とちくわの酢味噌和え・
煮豆・漬物

15 309kcal
ホキのレモン風味焼き
煮合わせ(巾着・肉団子・椎茸・人参)・
磯辺スパゲティ・菜の花菜種浸し・
昆布佃煮・漬物

16 355kcal
豚肉のスタミナ焼き
焼売・チンゲン菜ゆかり和え・千切り
キャベツ・山菜の卵とじ・おから・
漬物の生姜浸し

17 348kcal
タラの和風タルタルソース焼き
ミニウィンナードッグ・ミート
ボール・千切りキャベツ・和風
スパゲティ・もやしと揚げのお浸し・
海藻サラダ酢漬け・漬物

18 お吸い物付
海鮮丸特製鮭弁
マグロ・タラ昆布締め・甘エビ・たたき
マグロ・玉子・ホタテ・カツパ巻・
鉄火巻

ひじきご飯の日 20 326kcal
おろし付 **ブリの照り焼き**
鶏肉と野菜のカレー風味煮・和風
スパゲティ・ほうれん草のお浸し・
ひじきの煮物・漬物

21 386kcal
八宝菜
八宝菜(豚肉・うずら卵・白菜・人参・筍)
春巻き・焼きそば・ちくわとチンゲン菜の
和え物・中華うり・漬物

22 406kcal
サバの味噌煮
豚肉と豆腐のあっさり蒸し・大根生姜煮・
小松菜生姜風味・コロッケ・千切り
キャベツ・ふきピリ辛炒め・漬物の
生姜浸し

23 323kcal
鶏肉の甘だれチーズ焼き
煮合わせ(がんも・南瓜・蒟蒻・椎茸)・
もやし炒め・菜の花のお浸し・わさび
田舎煮・漬物の和え物

タルタルソース
添え 24 437kcal
フライ盛り合わせ
フライ(エビ・助宗タラ)
焼売・人参グラッセ・ほうれん草のごま和え・
ブロッコリー・千切りキャベツ・マカロニ
ポテトサラダ・薄切りハム・コーンコンソメ煮・漬物

25 茶碗蒸し付
海鮮丸特製鮭弁
握り(マグロ・甘エビ・サーモン・た
たきマグロ)・稲荷・天ぷらうどん(海
老・ピーマン)・茶碗蒸し

27 368kcal
蒸し餃子
豚肉と野菜の炒め煮・チンゲン菜
生姜風味・ちくわともやしの中華和え・
切干大根・漬物生姜浸し

28 300kcal
カレイの煮付け
蓮根の挟み揚げと茄子の生姜あん・
和風スパゲティ・煮玉子・白菜生姜風味・
菜の花と蒸し鶏の青じそ風味・おから・
漬物

名古屋名物 29 312kcal
みそかつ
煮合わせ(巾着・大根・人参・椎茸)・千切り
キャベツ・小松菜浸し・焼売・昆布佃煮・
漬物

あさりにご飯の日 30 313kcal
タラの和風ムニエル
チンジャオロース風味炒め・ブロッコリー・
和風スパゲティ・玉子焼き・菜の花ゆかり
和え・海藻サラダ酢漬け・漬物



《14日は》
お赤飯の日



《20日は》
ひじきご飯の日



《30日は》
あさりにご飯の日

毎日の食事だから、安心して安全なお弁当。

食中毒防止ご協力のおねがい

- お弁当は、食品衛生上、配達当日20時までにお召し上がり下さい。
- お弁当は、直射日光にあたる場所や高温になる場所、湿度の高い場所を避け、冷蔵で保管してください。
- もし万が一、開蓋後、異臭・異変などが見られた場合は、即喫食を中止し、ご連絡下さい。

★材料の都合等により、一部献立の内容が変わる場合がございます。予めご了承をお願い致します。
★月～金のご飯の平均カロリーは284kcalです。メニューに表示のカロリーは、おかずのみのカロリーです。